



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Einführung in das untere Zuspiel beim Volleyball

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



III.B.6

Volleyball

Baggern leicht gemacht – Einführung in das untere Zuspiel beim Volleyball

Manuel Rhode, Northeim

Illustrationen: Oliver Eger, Langerringen und Julia Lenzmann, Stuttgart



© RAABE 2020

© FatCamera/E+/Getty Images

Das untere Zuspiel, auch bekannt als „Bagger“, gehört zu den Grundlagentechniken im Volleyball und kommt in vielen Spielsituationen wie der Annahme oder Abwehr zur Anwendung. Nach dem Erlernen des oberen Zuspiels, dem Pritschen, sollte im nächsten Schritt das untere Zuspiel eingeführt werden, um das Handlungsrepertoire der Schülerinnen und Schüler zu erweitern. Die Unterrichtseinheit vermittelt die Technik des Baggers mithilfe einer Lernstraße, in der die Schülerinnen und Schüler in ihrem eigenen Lerntempo voranschreiten.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe/Niveau:	7–13, Anfänger
Dauer:	1–2 Doppelstunden
Kompetenzen:	Grundfertigkeiten erarbeiten und demonstrieren, Lehr- und Lernmethoden situationsadäquat anwenden, Bewegungshilfen geben
Thematische Bereiche:	Volleyball, unteres Zuspiel, Bagger
Medien:	Übungs- und Stationskarten
Zusatzmaterial:	farbiges DIN-A2-Poster

Allgemeine Hinweise

Volleyball zählt zu den komplexesten Sportarten aus der Gruppe der Großen Sportspiele. Die technischen Anforderungen an das Zielspiel sind hoch, weshalb lange Ballwechsel ohne eine ausreichende Vorbereitung kaum stattfinden können – oftmals endet ein Ballwechsel bereits nach der Angabe. Bei einer zu zügigen Einführung der Spieltechniken kann sich deshalb Frustration bei den Schülerinnen und Schülern¹ breitmachen. Der Schulsport sollte sie daher behutsam an das Spielen des Balls über ein Netz heranführen. Bereits in den unteren Jahrgängen kann der Einstieg über das simple „Ball über die Schnur“-Spiel geschehen, ehe die Kompetenzen und Fähigkeiten sukzessive erweitert und ausgebaut werden. Die Erfahrung zeigt, dass es didaktisch sinnvoll ist, mit dem oberen Zuspiel, dem Pritschen, zu beginnen (siehe Medienhinweise), da die Technik relativ schnell ein präzises, zielgenaues Passspiel ermöglicht. Im Spiel kommt dem Bagger eine besondere Bedeutung zu, nämlich die Annahme und der Angriff der gegnerischen Mannschaft.

Praktische Tipps

Ein typisches Fehlerbild seitens der Schüler, das sich auf keinen Fall manifestieren darf, sind gefaltete Hände in der Annahmeposition, bei denen die Daumen überkreuzt sind. Verspringende Bälle und damit einhergehend ungenaue Zuspiele sind vorprogrammiert. Deshalb sollte ganz zu Beginn die richtige Handhaltung demonstriert und geübt werden.

Die Arbeit mit Lernstraßen verlangt die Einhaltung von Regeln, die im Bedarfsfall immer wieder kurz erläutert werden können:

1. Gemeinsames Lesen und Verstehen der Übungen.
2. Einhalten der Reihenfolge.
3. Präzises Beobachten und Umsetzen der angegebenen Bewegungsmerkmale.
4. Zusammen voranschreiten und viel bewegen.
5. Einander helfen, unterstützen und gemeinsam dazulernen.

Sofern es in der Lerngruppe spielerfahrene Schüler gibt, können diese in der Erarbeitungsphase als Experten und Coaches eingesetzt werden. Während der Lernstraßenarbeit übernehmen Sie die Rolle des Beobachters und Beraters und greifen nur wenn nötig ein.

Beim Volleyballspielen besteht eine erhöhte Unfallgefahr durch herumrollende Bälle. Das Rufen von „Störball“ sollte deshalb als Warnsignal gelten und ritualisiert werden.

Weiterführende Literatur

- ▶ **Anrich, Christoph u.a.:** *Supertrainer Volleyball*. Rowohlt. Reinbek 2010.

Das Buch bietet zahlreiche Anregungen und Übungen für die Praxis und wird dabei sowohl Anfängern als auch fortgeschrittenen Spielern gerecht.

Beitrag aus RAAbits Sport

- ▶ **Rhode, Manuel:** *Wie pritsche ich richtig? – Das obere Zuspiel bedarfsorientiert üben und verbessern (Teil III/B, Beitrag 4)*. RAAbits Sport, Ausgabe 24/2013.

Dieser Beitrag, in dem die Technik des oberen Zuspiels mithilfe einer Lernstraße behandelt wird, kann als Vorbereitung und in Kombination mit der vorliegenden Unterrichtseinheit eingesetzt werden.

¹ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im weiteren Verlauf nur noch „Schüler“ verwendet.

Stundenverlauf

Doppelstunde 1: Wie baggere ich richtig? – Bedarfsorientiertes Üben

Aufwärmen

Parteiball

Je zwei Mannschaften spielen auf einem Volleyballhalbfeld gegeneinander. Ziel ist es, sich den Ball im Team zuzupassen (Ballgewöhnung). Das Team, das ohne Unterbrechung zehn Pässe schafft, bekommt einen Punkt. Für den Fall, dass zwei ganze Spielfelder zur Verfügung stehen, kann also auf insgesamt vier Halbfeldern gespielt werden, sodass auch bei großen Kursen alle Schüler intensiv beschäftigt werden.

Variation: Mit der Einführung der Regel, dass keine Rückpässe zum Passgeber erlaubt sind, lässt sich die Bewegungsaktivität auf dem Feld zusätzlich erhöhen.

Hauptteil

Bewegungs demonstration (M 1 und M 5)

Der Stundeneinstieg kann problemorientiert ablaufen, z. B. anhand der Fragestellung: „Wie spiele ich einen Ball mit einer flachen Flugkurve?“ Im Anschluss wird das Technikleitbild – vor allem der korrekte Handverschluss – z. B. durch eine Schülerdemonstration oder mithilfe von M 1 und M 5 aufgezeigt und in Worte gefasst.

Danach sollen die Schüler den Ball auf den ausgestreckten Armen („Spielbrett“) zunächst im Stand und später im Lauf balancieren. Im nächsten Schritt werfen sie sich den Ball selbst an, lassen ihn einmal aufkommen und fangen ihn in Baggerhaltung auf dem Spielbrett.

Variation: Fortgeschrittene Schüler können sich den Ball bereits permanent baggernd selbst zu spielen, wobei der Ball nach jedem Bagger einmal auf dem Boden aufspringen darf.

Tennis-Bagger

Die Spielfelder werden durch Langbänke getrennt. Je zwei Spieler stehen sich gegenüber. Nach einem Anwurf muss der Ball per Bagger „über das Netz“ gespielt werden. Der Ball darf maximal einmal im eigenen Feld aufkommen.

Variation: Die Übung kann auch als Rundlauf gespielt werden.

Reflexion (M 5)

Wenn möglich demonstrieren zwei fortgeschrittene Schüler das untere Zuspiel: Einer wirft den Ball an, danach baggern die Partner sich den Ball ununterbrochen zu. Weisen Sie die beobachtenden Schüler darauf hin, auf welche Aspekte sie achten sollen (weniger die Flugkurve des Balls als vielmehr den Bewegungsablauf und die Körperhaltung). Im anschließenden Gespräch werden die Knotenpunkte des unteren Zuspiels benannt (siehe M 5).

Wie baggere ich richtig? (M 2–M 4)

Die Schüler absolvieren die Übungen auf den Lernkarten (M 3 und M 4) selbstständig in Partnerarbeit und schreiten in ihrem individuellen Lerntempo voran. Mithilfe des Beobachtungsbogens (M 2) können sich die Partner gegenseitig Feedback geben.

Hinweis: Diese Aufgabe können auch Schüler übernehmen, die nicht aktiv am Unterricht teilnehmen können.

Für den Fall, dass während der Erarbeitungsphase Schwierigkeiten auftreten, ist eine „Nebenstraße“ vorgesehen, in denen die Schüler den Bewegungsablauf vertieft üben können. Spätestens zum Ende der Lernstraße werden Sie zur Ergebnissicherung hinzugerufen.

Hinweis: Der schülerorientierte Einsatz von Lernkarten sollte den Schülern bereits bekannt sein. In einer sogenannten „Plateauphase“ können die Schüler Rückmeldungen zur Arbeit mit den Lern-

karten geben und Sie können Ihrerseits die wichtigsten Aspekte und Regeln erläutern (siehe „Praktische Tipps“).

Ausklang

Abschlussspiel 3 mit 3

Die Schüler spielen eine vereinfachte Form des Volleyballspiels mit jeweils drei Spielern pro Mannschaft auf einem verkleinerten Spielfeld. Ziel ist das Zusammenspiel der Teams. Punkte können nur erzielt werden, wenn der Ball im eigenen Team mit drei Kontakten gespielt wird.

Variation: Punkte können nur erzielt werden, wenn der Ball innerhalb eines Teams mindestens einmal mit der Baggertechnik gespielt wurde.

Didaktische Reserve: Bagger-Wettbewerb

Gespielt wird in Vierer- bis Fünfergruppen. Vor Spielbeginn bestimmt jede Gruppe einen Annahmespieler, der sich auf einer der Netzseiten positioniert. Die restlichen (Zu-)Spieler befinden sich mit mindestens drei Volleybällen in Reihenaufstellung auf der anderen Netzseite. Die Zuspieler pritschen ihrem Annahmespieler nacheinander den Ball zu. Dieser muss per Bagger so angenommen und gespielt werden, dass es der Zuspieler schafft, den Ball auf der Feldseite des Annahmespielers aus der Luft zu fangen. Die Spieler entscheiden selbst, ob sie unter dem Netz durch- oder seitlich daran vorbeilaufen. Gewonnen hat die Mannschaft mit den meisten gefangenen Bällen.

Hinweis: Ein Durchgang sollte maximal eine bis zwei Minuten dauern, damit alle Spieler einmal die Position des Annahmespielers innehatten.



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Einführung in das untere Zuspiel beim Volleyball

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

